



Nu börjar det närma sig säsongens första läger med QuickSkiing som kommer att vara v.44. Det finns fortfarande platser kvar! Mer information om detta läger finner ni nedan eller på QuickSkiings hemsida.

QuickSkiing erbjuder alpin- träning/coaching med bästa tänkbara träningsförhållande i Tärnaby. Upplägget består av coaching tillsammans i skidbacken, fysträning och videoanalyser. I konceptet ingår naturligtvis allt material som behövs för att bedriva träning. Verksamheten vänder sig framförallt till åkare i åldrarna från C-åkare(10år) till 1:a års juniorer(15år).

Tränare

Huvudtränare är Rickard Quick, tidigare aktiv åkare med erfarenheter från bland annat Europa cup. Övriga tränare som ingår i verksamheten är Magnus Brodin med över 10 års erfarenhet av olika uppdrag inom tränaryrket och Emelie Selberg med många år av internationellt tävlande bakom sig.

Läger

Vi erbjuder olika möjligheter till professionell träning i Tärnaby. "Öppna läger" innebär att åkare kan delta som enskild åkare d.v.s. att det är individuell anmälan till planerade läger. Dessutom erbjuder vi läger för klubbar/träningsgrupper där vi skräddarsyr lägret efter era önskemål och behov. Det finns även möjlighet till att hyra in en tränare till er träningsverksamhet t.ex. om ni är en klubb/träningsgrupp som redan har material men är i behov av ytterligare en tränare.

Vid alla QuickSkiing läger så är både tränare samt föräldrar välkomna att delta och hjälpa till under lägret. Detta ser vi som mycket positivt för alla parter då det medför en långsiktig utveckling för både tränare, föräldrar och främst för våra åkare.

► Öppna läger under hösten

Höstlovsläger (V.44, tis-sön)

Skiddagar: 5

Gren: SL/GS

Fokus: Grundteknik

Träningsavg: 2 000 kr/åkare

Lucia racecamp (v.50, ons-sön)

Skiddagar: 4

Gren: SL/GS

Fokus: Teknik/raceförberedande

Träningsavg: 1 500 kr/åkare

Skola

QuickSkiing erbjuder lärarledd undervisning av behöriga lärare kommer att vara tillgänglig under pågående läger. Detta är en tilläggstjänst som kostar 65kr/åkare och tillfälle.

Är ni intresserade av att träna med oss under kommande säsong eller har frågor är ni välkomna att ta kontakt med:

Kontakt: Rickard Quick
073-0727438
rickard@quickskiing.com
www.quickskiing.com